

Bauchgefühle können Freunde oder orientierungslose Einflüsterer sein. Nur wer sie kontrolliert, hat einen Nutzen.

MARTIN BEHR

GRAZ. Eine größere Entscheidung steht an, es gilt, die Vor- und Nachteile abzuwägen. Was würde man tun, wäre nur die Ratio ausschlaggebend. Und was sagt der Bauch? Warum sagt er das und vor allem: Hat er damit auch recht?

Sie mögen vielleicht nicht den besten Leumund haben, aber sie sind eine existenzielle Funktion des Menschen: die Bauchgefühle. „Bauchgefühle sind etwas Gutes, solange sie der Mensch kontrollieren kann. Dann bereichern und inspirieren sie ihn“, schreibt der Psychiater Raphael Bonelli in seinem Buch „Bauchgefühle – Wie sie entstehen. Was sie uns sagen. Wie wir sie nutzen“. Doch sobald man sich nur noch von ihnen leiten lasse, können sich Lebensweisen und Sozialverhalten ins Negative verändern. Der 54-jährige Neurowissenschaftler beschäftigt sich seit über zehn Jahren mit dieser Thematik, wie er im SN-Gespräch betont: „Viele Menschen haben Probleme damit, mit ihren Bauchgefühlen richtig umzugehen.“



„Der Bauch denkt nicht langfristig.“

Raphael Bonelli, Psychiater

Ein Bauchgefühl sei die Summe der Emotionen der Wahrnehmungen der ersten Eindrücke, sagt der aus Oberösterreich stammende, in Wien lebende Raphael Bonelli und zieht eine Parallele zu dem, was Sigmund Freud unter dem Es versteht. Der Bauch denke nicht langfristig, er entwerfe auch keine Lebensplanung, er lebe im Hier und Jetzt, stellt Bonelli, der als Psychotherapeut arbeitet, fest: „Ihn dafür verantwortlich zu machen wäre so, wie dem Wirtschaftsminister vor-



Schmetterlinge im Bauch: Im Stadium der Verliebtheit spielt der Kopf oft keine Rolle.

BILD: SN/IKON IMAGES VIA AP

Veredelung des Bauchs durch Kopf und Herz

zuwerfen, dass das Bildungssystem nicht funktioniert. Das ist einfach nicht seine Aufgabe.“ Es gebe andere Vorzüge, die „aus dem Bauch heraus gefällte Entscheidungen“ in sich tragen: „Der Bauch reagiert oft schneller und sensibler als der Verstand, er ist das Auffangbecken unserer Erfahrungen und sieht Dinge, die wir mit unseren Augen oder unserer Vernunft nicht wahrnehmen können.“ Will heißen: Es gelte, die Bauchgefühle ernst zu nehmen. „Bauchgefühle sind a priori einmal nützlich, sie sind nicht unser Feind, sie sind unsere Freunde, aber man muss sie richtig deuten.“

Nicht nur die überlebensnotwendige Angst, die uns vor Gefahren warnt, gehe vom Bauch aus. Ohne intuitive Sympathie, die wir anderen gegenüber verspüren, gäbe es auch keine sozialen Bindungen und keine Gesellschaft. Aus diesem Grund postuliert der Psychiater: „Die Lust, die aus einem Bauchgefühl entsteht, kann helfen, Unsi-

cherheit und Lethargie zu überwinden.“ Sehr wichtig sei es, sich selbst und seine Bauchgefühle zu kennen und dementsprechend zu reagieren. Ein Beispiel: Wenn ein Spielsüchtiger klug ist, meidet er alle diesbezüglichen Gefahren.

Wie Bonelli detailreich und mit zahlreichen konkreten Beispielen ausführt, neigt der Bauch in der Praxis dazu, „immer den Weg des geringsten Widerstands zu gehen“. Auch seien Lustmaximierungen wie etwa Habgier, Seitensprünge oder Handy-, Alkohol- und Drogensucht sowie Strategien zur Unlustvermeidung wie Hass, Zorn oder Diskriminierung vom Bauch getrieben. Der menschliche Trieb sei ein Bestandteil der Bauchgefühle, erläutert Bonelli.

Je besser man verstehe, wie Bauchgefühle funktionieren, desto besser könne man mit ihnen umgehen, sagt Bonelli, der für jedes Gefühl eine Prüfung vorschlägt. Und zwar nicht nur durch den Kopf, son-

dern auch mit dem Herzen. Das Herz, so der Psychiater, sei die Entscheidungsmittelpunkt für den Menschen. Ein Beispiel: Ein Bankraub, der zu 100 Prozent glücken und straffrei ausgehen wird, mag für jemanden in Geldnot wohl vernünftig sein, gut sei die Tat freilich nicht. An dieser Stelle bringt Bonelli Aristoteles ins Spiel, der sich viele Gedanken über „das geglückte Leben“ und somit über einen richtigen Umgang mit den Bauchgefühlen gemacht hat. Der Psychiater arbeitet bereits an seinem nächsten Buch. Zentrales Thema wird das Herz sein.



Buch: „Bauchgefühle“ von Raphael M. Bonelli, Edition a, 240 Seiten, 24 Euro.

Starker Anstieg der Fälle von Tuberkulose

Zunahme um 14 Prozent. WHO führt das auf die Pandemie zurück.

GENÈVE. Die Zahl der Tuberkulose-toten ist weltweit innerhalb von zwei Jahren um 14 Prozent gestiegen. Im Jahr 2021 seien rund 1,6 Millionen Menschen an der Krankheit gestorben, heißt es in einem Bericht der Weltgesundheitsorganisation (WHO). 2019 waren es demnach 1,4 Millionen Todesfälle. Der Anstieg bedeute eine Trendumkehr, da die Zahl der Toten zwischen 2005 und 2019 zurückgegangen sei. Die Coronapandemie habe den Kampf gegen die Tuberkulose stark zurückgeworfen, hieß es. Berücksichtigen müsse man aber auch, dass weniger Menschen wegen Lockdowns oder aus Angst vor einer Ansteckung zum Arzt gingen.

Tuberkulose ist eine der häufigsten Infektionskrankheiten. Sie überträgt sich durch das Einatmen von infektiösen Tröpfchen von Mensch zu Mensch. Die Bakterien gelangen meist in die Lunge, können aber auch andere Organe befallen. Sie bricht teils erst Jahre nach einer Infektion aus. Etwa die Hälfte der Erkrankten stirbt ohne Behandlung, Tuberkulose ist aber vermeidbar und heilbar. Erreger entwickeln zunehmend eine Resistenz gegen Antibiotika.

SN, dpa

KURZ GEMELDET

SN-Veranstaltung zum Thema Rücken

SALZBURG. Rückenschmerzen sind ein Volksleiden: Im Zuge der Reihe „Meine Gesundheit“ referiert Orthopäde Florian Johannes Hofmann zu „Megathema Rücken: Wenn der Ischias schmerzt“ am Mittwoch, 2. November, ab 19 Uhr im SN-Saal. Den Schwerpunkt legt er dabei auf den Ischias, also den umgangssprachlichen Sammelbegriff für Schmerzen im unteren Rücken und den Beinen. Wer vor Ort dabei sein will, kann sich auf [SN.AT/RESERVIERUNG](https://www.sn.at/reservierung) anmelden; die Teilnahme ist kostenlos. Parallel wird der Abend auf [SN.AT/LIVE](https://www.sn.at/live) übertragen.

Vom Nobelpreisträger inspiriert

Salzburger Forschung könnte Krebs-/Alzheimertherapie revolutionieren.

WOLFGANG MACHREICH

SALZBURG. Wenn Nobelpreisträger Anton Zeilinger seine Erkenntnisse über die Quantenmechanik erklärt, greift er gern auf kinderkopfgröße Schaumstoffwürfel zurück. Die Salzburger Molekularbiologin Elfriede Dall nutzt ebenfalls den Vergleich mit Kinderspielzeug, um ihre Forschung zu beschreiben: „Proteine sind so klein, dass man sie mit dem Mikroskop nicht anschauen kann, deshalb bringen wir viele von ihnen dazu, sich wie Legosteine in regelmäßigen Mustern zu ordnen“, skizziert Dall ihre Forschungsanordnung. Dieses „Lego-Protein“ wird dann mit einem Röntgenstrahl beschossen: „Aus dem entstehenden Streumuster rechnen wir zurück, wie das Protein auf atomarer Ebene aussieht, nutzen diese ‚Röntgenkristallographie‘ quasi als

Mikroskop“ – um damit in das Innerste des Proteins Legumain zu schauen, seine Struktur, Funktion und Interaktion zu erforschen.

Für diese strukturbiologische Seelenschau hat Dall eine der prestigeträchtigsten wissenschaftlichen Auszeichnungen Österreichs, den 1,2 Millionen Euro schweren Start-

Protein Legumain hat eine Schlüsselrolle

Preis, bekommen. Im dritten Anlauf schaffte sie es heuer in die zweite Runde und konnte beim Hearing die internationale Jury, darunter zwei Nobelpreisträger, von ihrem Projekt überzeugen. „Da hatte ich Glück“, sagt Dall und dürfte damit stark untertreiben, was ihre wissenschaftliche Exzellenz und Ausdauer betrifft.

Anders als das Akronym des Preises Start suggeriert, steht Dalls Forschungsbeziehung mit Legumain keineswegs erst am Anfang. Am Fachbereich für Biowissenschaften und Medizinische Biologie der Universität Salzburg wird schwerpunktmäßig zum Immunsystem geforscht. Verschiedene Proteine spielen dabei eine wichtige Rolle, viele davon seien bereits sehr gut untersucht, sagt Dall. „Das Legumain war 2009, als ich mit meiner Doktorarbeit angefangen habe, die Ausnahme und wenig erforscht – deswegen habe ich mich dafür entschieden.“ Eine für die Medizin eventuell folgenreiche Entscheidung, verfolgen Dall und ihr dreiköpfiges Team im Zuge ihrer Forschung doch die Hypothese, dass Legumain eine Schlüsselrolle bei der Entstehung von Alzheimer und Krebs spielt. Ein zielgerichtetes Blockieren des Pro-



Molekularbiologin Elfriede Dall im Labor.

BILD: SN/PRIVAT/FRANK WIMMER

teins könnte somit für die Therapie dieser Krankheiten von enormer Bedeutung sein.

Dalls Biologielehrer hat bei der gebürtigen Mühlviertlerin das Interesse an diesem Fach geweckt. Ein Ausflug zum Tag der offenen Tür der Naturwissenschaftlichen Fakultät an der Uni Salzburg gab schließlich den Ausschlag für ihre Studienwahl Molekularbiologie. Als sehr inspirierendes Erlebnis beschreibt Dall, als sie einmal bei einer Nobelpreisträgertagung in Lindau am Bodensee den mittlerweile verstorbenen Molekularbiologen Oliver Smithies kennenler-

nen konnte: „Er war damals schon weit über 80 und hatte noch so ein Feuer für die Wissenschaft – diese Begeisterung möchte ich mir auch bis ins hohe Alter erhalten.“

Mit 38 Jahren bleibt Dall dafür noch viel Zeit. Noch dazu, wo sie auch die Nachtruhe für ihr Nachdenken nutzt: „Nachdem ich so viel Zeit damit verbringe und Energie reinstecke, kann es schon sein, dass ich manchmal vom Legumain träume. Dass gute Ideen im Schlaf auftauchen, das kommt vor.“ Und soll ja bereits einigen Nobelpreisträgern zu ihren Geistesblitzen verholfen haben.